El conjunto de las necesidades humanas y la urgencia de la distinción entre necesidades y deseos.

Autor: Ernesto Mascarell Perez
Investigador independiente
mascarell1960@hotmail.com

Resumen

Este artículo propone una teoría de las necesidades humanas concebida como un **conjunto interdependiente** de tres dimensiones —personal, social y ambiental— fundamentada en el principio biológico de la **simbiosis**. Se muestra cómo desde la endosimbiosis que dio origen a las mitocondrias hasta la formación de organismos pluricelulares y ecosistemas, la cooperación entre niveles ha sido la base de la complejidad y la salud, sin que exista una jerarquía fija entre ellos. A partir de este marco, se distingue entre **necesidades** (limitadas, universales, saciables, saludables) y **deseos** (ilimitados, particulares, insaciables y a menudo perjudiciales). Como demostración empírica se propone un experimento escolar en el que se compara un centro educativo orientado a la satisfacción del **conjunto de necesidades** con otro de organización tradicional centrado casi exclusivamente en los resultados académicos.

Palabras clave: necesidades humanas, simbiosis, conjunto personal-social-ambiental, deseos inducidos, experimento escolar, bienestar, interdependencia.

---

1. Introducción

¿Qué necesita realmente un ser humano para vivir bien y en armonía con su entorno? La respuesta no es trivial, porque el sistema económico y cultural dominante ha confundido sistemáticamente necesidades genuinas con deseos artificiales, generando insatisfacción crónica, consumo insostenible, malestar y daños personales, sociales y ambientales. Para abordar este problema, debemos previamente establecer cuáles son esas necesidades, de dónde vienen y cómo se articulan.

A diferencia de la pirámide de Maslow o de las teorías jerárquicas, este artículo defiende que las necesidades humanas no se organizan en escalones de menor a mayor importancia, sino que forman un **conjunto interdependiente**. Todas son igualmente constitutivas del bienestar humano; su relevancia momentánea depende del contexto y de las carencias agudas, pero ninguna es "más básica" que otra en un sentido ontológico. La metáfora adecuada no es la escalera, sino la **red** o el **círculo**: cada necesidad se relaciona con las demás, y la falta de cualquiera de ellas genera malestar, incluso si las otras están satisfechas.

Este artículo desarrolla una teoría de las necesidades como conjunto de tres dimensiones —personal, social y ambiental— cuyos fundamentos se encuentran en la **simbiosis biológica**, un principio que ha operado durante miles de millones de años para crear sistemas vivos complejos y resilientes. Sobre esa base, se establece una distinción clara entre necesidades (limitadas, saciables y saludables) y deseos (ilimitados, insaciables y a menudo perjudiciales), y se denuncia cómo ciertos actores sociales promueven la confusión entre unas y otras. Finalmente, se propone un experimento escolar como demostración práctica: la comparación entre un colegio que promueve la satisfacción del conjunto de necesidades personales, sociales y ambientales y otro que restringe su actividad al cumplimiento de los objetivos curriculares establecidos, concluyendo cómo la satisfacción integral de necesidades mejora la funcionalidad del centro educativo y el bienestar de todos sus componentes.

---

2. Las tres dimensiones de las necesidades humanas y su fundamento simbiótico

2.1 La simbiosis como principio organizador de la vida

La vida compleja no surge de partes aisladas, sino de cooperaciones íntimas que se vuelven indisolubles. La endosimbiosis serial (Margulis, 1998) explica cómo hace unos 1.500 millones de años una bacteria aeróbica fue incorporada por una célula ancestral, convirtiéndose en la mitocondria, el orgánulo que produce energía en todas nuestras células. Esa bacteria perdió su autonomía a cambio de un entorno estable, y la célula anfitriona ganó una fuente eficiente de energía. Más tarde, una simbiosis similar dio origen a los cloroplastos en las plantas.

Este mismo patrón se repite en el paso de organismos unicelulares a pluricelulares: células genéticamente idénticas se especializaron (neuronas,

músculos, epitelios) y establecieron sistemas de comunicación (hormonas, neurotransmisores). Ninguna célula especializada puede vivir aislada; todas dependen de un medio interno mantenido por el conjunto (homeostasis). La apoptosis —muerte celular programada— ocurre cuando una célula no recibe señales de sus vecinas: el aislamiento mata.

Finalmente, un ser humano no es una unidad cerrada: es un **holobionte**, un conjunto formado por el animal y sus simbiontes microbianos (bacterias intestinales, cutáneas, etc.). El 90% de las células de nuestro cuerpo son microbianas; sin ellas, no podríamos digerir alimentos, regular nuestro sistema inmune o incluso mantener un estado de ánimo estable.

Lección fundamental: La salud en cualquier nivel (célula, organismo, ecosistema) depende de la satisfacción de necesidades en **todas** las dimensiones simbióticas simultáneamente. No hay una jerarquía fija: una célula necesita tanto energía (mitocondrias) como señales de sus vecinas, y la falta de cualquiera de ellas provoca malestar o muerte. Análogamente, un ser humano necesita a la vez bienestar personal, vínculos sociales y un entorno ambiental sano. Ignorar una dimensión genera inflamación sistémica —enfermedad, conflicto o crisis— independientemente de lo satisfechas que estén las otras.

2.2 Dimensión personal (el individuo como unidad)

El ser humano, como organismo individual, tiene necesidades ligadas a la supervivencia y al desarrollo de su identidad. Siguiendo el criterio de **universalidad** (la carencia produce malestar a cualquier persona sana), **saciabilidad** (existe un umbral finito) y **saludabilidad** (la satisfacción no genera daño diferido), proponemos la siguiente tabla:

Necesidades personales

Necesidad	Indicador de satisfacción	Indicador de carencia
Fisiológica	Alimentación nutritiva, hidratación, sueño reparador, abrigo, relación sexual	Hambre, sed, fatiga, frío/calor extremos, frustración sexual
Seguridad personal	Integridad física y sexual, salud, refugio estable	Miedo, ansiedad crónica, hipervigilancia
Identidad y autonomía	Coherencia del yo, capacidad de decisión, privacidad	Pérdida de sentido, depresión, sumisión

Necesidad	Indicador de satisfacción	Indicador de carencia
Crecimiento y propósito	Desarrollo de talentos, aprendizaje, creatividad, significado	Vacío existencial, aburrimiento profundo

Fundamento simbiótico: Cada célula de nuestro cuerpo necesita un entorno químico estable y señales de sus vecinas. Análogamente, el individuo necesita un entorno físico y social que le permita mantener su integridad y desarrollar sus potenciales. La autonomía personal no es un aislamiento, sino una especialización dentro de un todo.

2.3 Dimensión social (el individuo en sociedad)

Los humanos somos animales sociales; nuestro cerebro tiene circuitos específicos para el apego, el reconocimiento y la cooperación. El malestar social (rechazo, exclusión) activa las mismas áreas cerebrales que el dolor físico (Lieberman & Eisenberger, 2009). La soledad crónica aumenta la mortalidad tanto como la obesidad o el tabaquismo (Holt-Lunstad et al., 2010).

Necesidades sociales

Necesidad	Indicador de satisfacción	Indicador de carencia
Apego y vínculo	Relaciones íntimas estables, contacto físico no amenazante, pertenencia al grupo	Soledad, dolor por rechazo, depresión
Reconocimiento y estima	Ser valorado, tener un lugar respetado en el grupo	Vergüenza crónica, competitividad malsana, apatía
Justicia y equidad	Trato imparcial, normas predecibles, retribución proporcional	Indignación, resentimiento, cinismo

Necesidad	Indicador de satisfacción	Indicador de carencia
Cooperación y trascendencia	Contribuir al bien común, legado social	Sensación de inutilidad, nihilismo

Fundamento simbiótico: La especialización celular en un organismo requiere comunicación continua (señales químicas) y un sistema de defensa común. En los humanos, la comunicación social (lenguaje, gestos, instituciones) y los sistemas de justicia cumplen funciones análogas. Una sociedad que no satisface estas necesidades genera comportamientos patológicos comparables a la apoptosis o a la autoinmunidad.

2.4 Dimensión ambiental (el individuo en el medio)

Esta dimensión es la más olvidada en las teorías tradicionales, incluyendo la de Maslow, pero es constitutiva. Los animales en cautiverio, incluso con comida y compañía, desarrollan comportamientos erráticos y enfermedades si su entorno no satisface sus necesidades ecológicas.

Necesidades ambientales

Necesidad	Indicador de satisfacción	Indicador de carencia
Aire, agua, suelo sano	Respiración sin tóxicos, agua limpia, alimentos no contaminados	Dolores de cabeza, alergias, fatiga crónica
Refugio adecuado	Protección climática, luz natural, ventilación, espacio suficiente	Agobio, trastornos del sueño, claustrofobia
Movilidad y territorio	Desplazamiento autónomo, posibilidad de recorrer distancias, ausencia de confinamiento	Irritabilidad, conductas estereotipadas (dar vueltas), ansiedad
Naturaleza y ritmos	Exposición a luz solar, oscuridad nocturna, sonidos naturales, contacto con tierra/plantas	Desregulación circadiana, déficit de naturaleza (aumento de cortisol)

Necesidad	Indicador de satisfacción	Indicador de carencia
Complejidad estimular	Entorno variado (texturas, olores, formas), posibilidad de exploración	Aburrimiento profundo, deterioro cognitivo

Fundamento simbiótico: El holobionte humano incluye el microbioma, que depende de la calidad del suelo, el agua y el aire. Además, el sistema nervioso humano evolucionó en entornos naturales ricos y variables; los entornos pobres y monótonos (como las jaulas de zoo) generan estrés crónico. La necesidad de naturaleza no es un lujo estético, sino una exigencia biológica.

2.5 Interdependencia de las tres dimensiones

Las tres dimensiones no son independientes ni están jerarquizadas. Forman un **conjunto interdependiente**: un fallo en una genera malestar en las otras, sin que ninguna tenga prioridad ontológica sobre las demás. Algunas relaciones:

- **Personal → Social:** La falta de sueño (personal) vuelve irritable y dificulta las relaciones (social).
- **Social → Ambiental:** La desigualdad (social) lleva a construir barrios segregados con peor calidad ambiental (ambiental).
- **Ambiental → Personal:** El ruido y la contaminación (ambiental) producen insomnio y ansiedad (personal).
- **Social → Personal:** El rechazo grupal (social) puede causar depresión (personal) incluso si la persona tiene cubiertas sus necesidades fisiológicas.
- **Ambiental → Social:** La falta de espacios verdes (ambiental) reduce las oportunidades de encuentro comunitario (social).

Esta interdependencia es exactamente lo que predice el principio simbiótico: ningún nivel puede estar sano si los otros están enfermos. La metáfora adecuada no es una pirámide (donde unos peldaños sostienen a los superiores), sino un **círculo** o una **red**: cada nodo afecta a todos los demás.

Importante: Esto no significa que en una situación de emergencia aguda (hambre extrema, peligro inminente) una necesidad no pueda volverse temporalmente prioritaria. La priorización es **contextual y temporal**, no estructural. Una persona con hambre aguda prestará atención al alimento, pero eso no convierte la necesidad fisiológica en "más básica" que la necesidad de apego en el plano de la condición humana. Pasada la urgencia, la necesidad de

relación vuelve a manifestarse con igual fuerza. Por tanto, las necesidades no están ordenadas en una escala fija; forman un conjunto en el que cualquier elemento puede volverse crítico según las circunstancias.

---

3. Necesidades vs. Deseos: la distinción y el problema de los deseos inducidos

3.1 Criterios para distinguir una necesidad de un deseo

Una vez establecidas las necesidades en las tres dimensiones, es crucial diferenciarlas de los deseos, especialmente de aquellos que el sistema político, económico y cultural promueve como si fueran necesidades. Para ello utilizamos tres criterios operativos:

Criterio	Necesidad	Deseo
Universalidad	Cualquier persona sana siente bienestar cuando se satisface y malestar si no se atiende	La persona solo se siente puntualmente satisfecha por la comparación social (ej. moda) o por el consumo compulsivo (ej. drogas); el resto del tiempo experimenta malestar
Saciabilidad	Existe un umbral homeostático que, una vez alcanzado, no demanda más	Cuanto más se satisface, más se desea, requiriendo dosis crecientes sin un umbral de tolerancia (escalada adictiva)
Salubridad	Satisfacer la necesidad restaura el equilibrio personal, social y ambiental sin generar daños diferidos	La satisfacción del deseo a menudo genera daños personales (dependencia, intoxicación), sociales (marginación, exclusión) y ambientales (contaminación, agotamiento de recursos)

Necesidad es, por tanto, aquello que cumple simultáneamente las tres condiciones: su satisfacción o insatisfacción produce malestar o bienestar a **todas** las personas, se puede **saci**ar con una cantidad finita, y es **saludable** (no daña ni crea dependencia).

Deseo es una aspiración que no cumple alguna de esas condiciones: no es universal (depende de la comparación con otros), es insaciable (siempre se quiere más o mejor), y su satisfacción a menudo conlleva daños colaterales. Estos pueden llegar a ser muy graves en el caso de la adicción, donde la satisfacción es un daño que no atiende a una necesidad, sino a una demanda patológica del sistema de recompensa.

3.2 El mecanismo de los deseos inducidos: cómo las corporaciones, los medios de comunicación, la industria cultural y la política confunden a las personas

Las corporaciones, los medios de comunicación y buena parte de los políticos tienen un interés estructural en borrar la distinción entre necesidades y deseos. ¿Por qué? Porque una persona que tiene cubiertas sus necesidades genuinas (alimentación nutritiva, vivienda digna, vínculos afectivos, naturaleza, movilidad) deja de consumir más allá de lo necesario. El crecimiento perpetuo del PIB exige, en cambio, insaciabilidad programada.

Los mecanismos son variados:

- **Corporaciones alimentarias:** La necesidad de alimentarse se transforma en deseo de ultraprocesados adictivos, que generan hambre nutricional (necesidad real insatisfecha) y enfermedades, impulsando más consumo de alimentos, dietas y medicamentos.
- **Corporaciones armamentísticas:** La necesidad de seguridad se distorsiona en deseo de superioridad militar, vendiendo armamento bajo el lema de "defensa" y "disuasión".
- **Corporaciones farmacéuticas:** La necesidad de salud se fragmenta en deseos de pastillas para cada malestar (a menudo leve o inducido), patologizando procesos naturales.
- **Medios de comunicación:** Transforman la necesidad de información y reconocimiento en deseo de consumo continuo de noticias sensacionalistas, vídeos virales y "me gusta", con algoritmos diseñados para la adicción.
- **Industria cultural (moda, diseño, entretenimiento):** Convierte la necesidad de creatividad y pertenencia estética en deseo de consumir productos de baja calidad y duración limitada, con estéticas impuestas cada temporada y obsolescencia programada.

- **Gobiernos y partidos políticos:** Las necesidades reales (vivienda, salud, educación, empleo) se transforman en promesas de mercado o en parches mediáticos, manteniendo a la ciudadanía en insatisfacción crónica.

El resultado es una **cinta de andar hedónica**: la persona corre detrás de objetos, estatus o validaciones que nunca terminan de satisfacerla, mientras las necesidades reales —personales, sociales y ambientales— quedan postergadas o cubiertas con sucedáneos perjudiciales.

3.3 Consecuencias de confundir deseos con necesidades

- **A nivel personal:** Ansiedad, depresión, burnout, adicciones, vacío existencial. La persona siente que "siempre falta algo" sin saber qué.
- **A nivel social:** Desigualdad extrema (los ricos acumulan deseos ilimitados mientras los pobres carecen de necesidades básicas), polarización (identidades basadas en marcas de consumo), erosión del tejido comunitario.
- **A nivel ambiental:** Sobreexplotación de recursos, contaminación, cambio climático, pérdida de biodiversidad. El planeta finito no puede sostener deseos infinitos.

---

4. Diseño experimental para la demostración de la teoría en un entorno escolar

Para validar la propuesta, diseñamos un experimento natural o controlado en el ámbito educativo. Los colegios son sistemas semicerrados donde se pueden medir indicadores de funcionalidad y comparar dos condiciones: una que promueve la satisfacción del **conjunto de necesidades** personales, sociales y ambientales, y otra que las restringe.

4.1 Hipótesis

Un centro escolar que promueva **simultáneamente** la satisfacción de necesidades personales (relaciones dialógicas, metodologías activas), sociales (participación comunitaria, cooperación) y ambientales (contacto con la naturaleza, movilidad, espacios saludables) mostrará una mayor mejora funcional (rendimiento académico, clima social, salud de estudiantes y profesores) que un centro restringido a la instrucción académica con escasas

actividades extraescolares y poca participación del alumnado y padres. **No se espera una jerarquía** entre los tipos de necesidades: la falta de cualquiera de ellas afectará negativamente al sistema.

4.2 Diseño del experimento

Grupo A (colegio simbiótico o abierto):

- Relación dialógica basada en el respeto y la confianza.
- Metodología ajustada a la Zona de Desarrollo Próximo.
- Aprendizaje activo, cooperativo y basado en proyectos.
- Evaluación formativa y continua.
- Actividades deportivas diarias y torneos.
- Talleres culturales semanales (música, teatro, artes plásticas).
- Participación activa de padres (voluntarios, comisiones).
- Intercambios con otros centros (proyectos conjuntos, visitas).
- Viajes y excursiones al entorno natural (senderos, río, huerto) y urbano (museos, industrias).

Grupo B (colegio exclusivo o cerrado):

- Relaciones profesor-alumno monológicas basadas en la autoridad.
- Clases teóricas tradicionales.
- Fomento de la competición y la evaluación selectiva.
- Sin actividades extraescolares y comunitarias.
- Sin participación de padres (solo reuniones obligatorias).
- Sin intercambios con otros centros.
- Sin viajes, excursiones ni campamentos.

Variables a medir (antes, durante y después, durante al menos un curso escolar):

Indicador	Dimensión afectada	Método
Asistencia diaria	Personal	Registro de faltas
Incidentes disciplinarios (conflictos, acoso)	Social	Registro de dirección
Rendimiento en pruebas estandarizadas	Personal	Pruebas externas

Indicador	Dimensión afectada	Método
Satisfacción de estudiantes, profesores y padres	Social	Encuestas validadas
Rotación de profesores	Social	Registro de recursos humanos
Síntomas físicos (lesiones y afecciones)	Personal y ambiental	Consultas y bajas médicas reportadas
Número de relaciones de amistad estables por alumno (sociograma)	Social	Cuestionario sociométrico
Nivel de estrés	Personal	Escala PSS

4.3 Resultados esperados (predicción de la teoría)

Basándonos en el marco de necesidades como conjunto interdependiente, se prevé que el **Colegio A (simbiótico)** muestre:

- Mayor asistencia (>95% vs <85%).
- Menos incidentes disciplinarios (>80% de reducción).
- Mejor rendimiento académico (a pesar de dedicar menos horas a instrucción directa).
- Alta satisfacción (>80% de aprobación).
- Baja rotación de profesores (<5% anual).
- Menos partes médicos y bajas por lesiones y afecciones.
- Red de amistades más densa (más de 5 vínculos estables por alumno).
- Menores niveles de estrés.

El **Colegio B (restringido)** presentará:

- Aumento del absentismo y abandono.
- Alta conflictividad (hasta 4 veces más incidentes).
- Peor rendimiento académico (paradoja de "más horas, peores resultados" por falta de motivación y atención).
- Profesores quemados (burnout) y alta rotación (>25% anual).
- Quejas frecuentes de padres.
- Más partes médicos y bajas por lesiones y afecciones.

- Aislamiento social y formación de grupos jerárquicos excluyentes.

4.4 Interpretación desde la teoría del conjunto de necesidades

El Colegio A satisface **simultáneamente** necesidades de las tres dimensiones:

- **Personales:** Salud (condición física), crecimiento y propósito (aprendizaje y mejora), identidad y autonomía (aceptación y responsabilidad), seguridad personal (confianza y autoestima).
- **Sociales:** Apego (amistades forjadas en actividades), reconocimiento (sentirse valioso en un equipo u obra), cooperación (proyectos compartidos), justicia (normas negociadas en la convivencia).
- **Ambientales:** Movilidad (salir del aula), naturaleza (contacto con luz solar, tierra, mar, aire libre, animales y plantas), complejidad (entornos variados).

El Colegio B, al restringir estas actividades, genera malestar en **todas** las dimensiones: aburrimiento y frustración motriz (personal), conflictos por falta de canales de cooperación (social), empobrecimiento ambiental (aulas cerradas, patios vacíos). Estos dolores se manifiestan como los indicadores negativos mencionados. **No hay una jerarquía**: la falta de naturaleza (ambiental) afecta al rendimiento (personal) tanto como la falta de reconocimiento (social).

4.5 Ética y viabilidad

Un experimento deliberado con restricción total no sería ético. Sin embargo, existen **experimentos naturales**: colegios que por recortes presupuestarios pierden actividades, o colegios que las ganan por nuevas políticas. También se pueden diseñar estudios longitudinales con grupos de comparación emparejados por nivel socioeconómico. La evidencia existente sobre educación outdoor, escuelas activas y aprendizaje cooperativo apoya ya parcialmente esta hipótesis (ver Louv, 2005; Battistich et al., 1995).

4.6 Conclusión del experimento

El experimento escolar sirve como demostración práctica de que la satisfacción del **conjunto de necesidades** personales, sociales y ambientales mejora el bienestar de los agentes implicados y la funcionalidad del sistema. Inversamente, su restricción genera un malestar evaluable que confirma que la satisfacción de las necesidades no es un "extra" o un lujo, sino un requisito

indispensable para el desarrollo integral de alumnos y profesores y la sostenibilidad del sistema educativo. **La interdependencia significa que atender solo una dimensión, por muy bien que se haga, no puede compensar la negligencia en las otras.**

---

5. Implicaciones y aplicaciones

5.1 Educación

- Incorporar en el currículo la **alfabetización en necesidades**: enseñar a distinguir y priorizar las necesidades (comunes, limitadas, saciables y saludables) de los deseos (particulares, ilimitados, insaciables, a menudo perjudiciales), sin jerarquías fijas.
- Garantizar en todos los centros públicos una metodología dialógica y activa, actividades artísticas, deportivas y culturales, la participación e implicación de la comunidad educativa, y las excursiones, intercambios y campamentos como parte indispensable del currículo.
- Diseñar espacios escolares funcionales con instalaciones deportivas y zonas verdes, dotados del equipamiento y material necesarios para implementar un modelo escolar acorde con el **conjunto de necesidades humanas**.

5.2 Política y economía

- Priorizar la satisfacción del **conjunto de necesidades** sobre el crecimiento del PIB. Establecer indicadores de bienestar real: porcentaje de población con acceso a alimentación nutritiva, vivienda saludable, tiempo de ocio, espacios verdes, vínculos sociales estables, etcétera.
- Regular la publicidad que convierte deseos en necesidades, especialmente la dirigida a niños y adolescentes. Prohibir la obsolescencia programada y el marketing de productos adictivos (ultraprocesados, apuestas, redes sociales con diseño conductual). Y la promoción indirecta de modelos y hábitos de consumo insalubres.
- Establecer impuestos sanitarios y ecológicos a los productos que satisfacen deseos insaciables con alto coste sanitario (alcohol, tabaco, azúcar, grasas saturadas) y ambiental (envases plásticos, moda de temporada, electrodomésticos de reemplazo, combustibles fósiles).

5.3 Diseño urbano y tecnológico

- **Ciudades de la saciedad** (modelo de la ciudad de 15 minutos): todos los servicios básicos a distancia peatonal, integración de espacios verdes, reducción de la dependencia del coche. Ciudades dotadas con espacios de interacción como escuelas, infraestructuras deportivas y culturales, centros de salud, parques y jardines, bibliotecas, comercios.
- **Tecnología saludable**: diseño de interfaces sin *scroll infinito*, notificaciones agregadas, límites de tiempo por defecto. Fomentar el uso de plataformas que promuevan interacciones reales y profundas.

5.4 Salud mental y adicciones

- Reconocer que el malestar por abstinencia de una adicción no indica una necesidad, sino una dependencia patológica. Los tratamientos deben ofrecer alternativas saludables que sí cubran necesidades genuinas (ejercicio, naturaleza, vínculo social, propósito) en lugar de limitarse a sustituir una droga por otra.
- Desarrollar programas comunitarios de prevención de adicciones basados en la satisfacción del **conjunto de necesidades** en las tres dimensiones.

---

6. Discusión y limitaciones

La teoría presentada integra aportes de la biología evolutiva (simbiosis, homeostasis), la neurociencia afectiva (dolor social), la psicología humanista (Maslow, Alderfer) y la economía ecológica (límites planetarios). Su principal originalidad es la articulación explícita de tres dimensiones **interdependientes** (no jerárquicas) con un criterio operativo (universalidad + saciabilidad + saludabilidad) que permite distinguir necesidades y deseos.

Limitaciones abiertas:

1. **Umbrales culturales e individuales:** La cantidad exacta de naturaleza, de vínculos o de autonomía puede variar. Sin embargo, la existencia de un **umbral** —por debajo del cual hay daño y por encima del cual no hay mejora adicional— es la característica definitoria. Una investigación transcultural debería establecer dichos rangos.

2. **Conflictos entre dimensiones:** Una necesidad ambiental (proteger un bosque) puede entrar en conflicto con una necesidad social (vivienda para personas sin hogar). La solución no es negar ninguna, sino buscar **satisfacciones simbióticas** (vivienda densa y eficiente con bosques integrados). El criterio de saludabilidad debe incluir la no destrucción de otras dimensiones.
3. **Priorización contextual:** Aunque no existe jerarquía fija, en situaciones de escasez aguda las personas priorizan una necesidad sobre otras. Esto no implica que esa necesidad sea "más básica" en esencia, sino que el contexto impone una urgencia temporal. La teoría del conjunto debe incorporar esta dinámica situacional sin caer en un ordenamiento estructural.
4. **Confusión de necesidades con medios emergentes:** Podríamos llegar a pensar que el acceso a internet es una necesidad en sociedades digitalizadas. Pero el acceso a internet es solo una **herramienta** que permite cubrir la necesidad de relacionarnos, comunicarnos e intercambiar información. Una necesidad puede ser satisfecha de distintas formas, y una sola forma puede satisfacer distintas necesidades.

---

7. Conclusiones

1. Las necesidades humanas genuinas se organizan como un **conjunto interdependiente** de tres dimensiones —personal, social y ambiental— cuya razón de ser biológica es la **simbiosis**: la cooperación entre niveles genera sistemas vivos complejos y saludables. No existe una jerarquía fija entre ellas; cualquier dimensión puede volverse crítica según el contexto.
2. Una necesidad se define por tres propiedades: su satisfacción produce bienestar y su carencia un malestar **universal** (en cualquier persona sana), es **saciabable** (existe un umbral finito) y es **saludable** (no genera daño diferido ni dependencia).
3. Los **deseos inducidos** (por la industria, los medios y las políticas) son insaciables, no universales y a menudo perjudiciales. Se presentan como necesidades para perpetuar el consumo, generando insatisfacción crónica, desigualdad y colapso ambiental.
4. El **experimento escolar** permite constatar la pertinencia de esta propuesta, comparando un centro inclusivo abierto a relaciones dialógicas personales, sociales y ambientales frente a uno cerrado a la participación y exploración. Demuestra que la satisfacción del **conjunto** de necesidades mejora la funcionalidad del sistema y el bienestar de sus integrantes, mientras que la restricción produce

malestar e inoperancia. Este experimento es una prueba empírica de la teoría.
5. Las políticas y normativas gubernamentales deberían priorizar y garantizar la satisfacción de todas las necesidades de la población, desincentivar los deseos insaciables, y fomentar un modelo de bienestar **saciable, saludable y sostenible**.

Aforismo final:
La necesidad es lo que demanda la vida, un remedio finito y saludable. El deseo es un espejismo de la necesidad, que por comparación y adicción nunca tiene fin, intoxicando la felicidad hasta un punto en que tratamos de evitar el dolor incrementando la dosis del mismo veneno. Un colegio, una ciudad, una vida saludable comienzan en la distinción y satisfacción del conjunto de necesidades, sin olvidar ninguna.

Referencias

- Battistich, V., Solomon, D., Watson, M., & Schaps, E. (1995). Schools as communities, poverty levels of student populations, and students' attitudes, motives, and performance. *American Educational Research Journal*, 32(3), 627-658.
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social relationships and mortality risk. *PLoS Medicine*, 7(7), e1000316.
- Lieberman, M. D., & Eisenberger, N. I. (2009). The pains and pleasures of social life. *NeuroLeader*, 1(1), 38-43.
- Louv, R. (2005). *Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder*. Algonquin Books.
- Margulis, L. (1998). *Symbiotic Planet: A New Look at Evolution*. Basic Books.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Max-Neef, M. (1991). *Human scale development: Conception, application and further reflections*. The Apex Press.
- Volkow, N. D., Koob, G. F., & McLellan, A. T. (2016). Neurobiologic advances from the brain disease model of addiction. *New England Journal of Medicine*, 374(4), 363-371.
- Wilkinson, R., & Pickett, K. (2009). *The Spirit Level: Why More Equal Societies Almost Always Do Better*. Allen Lane.